



40. Oster-Ilsetalllauf
Ilsenburg / 08.04.2023

Detailauswertung

Reinke, Lukas

Verein: Sassenburg
Startnummer: 326

Strecke: 8,70 km
8,7 km - Lauf

Kategorie:
Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:32

Geschwindigkeit: 11,22 km/h
Laufleistung: 5:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 121)
Strecken-Platzierung/Männer: 37 (von 67)
Bestzeit der Strecke: 31:48

Kategorie-Platzierung: 4(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 34:04

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Abzweig Tännental	4,00	22:19	5:34	5	5:49	32	6:54	4,00	22:19	5:34	5	5:49	32	6:54
Ilsenburg/Markt	4,70	24:13	5:09	4	6:39	37	7:50	8,70	46:32	5:20	4	12:28	37	14:44